ESCOTEIROS
DO BRASIL

Livro de Receitas

COMIDAS MATEIRAS

REGIÃO ESCOTEIRA DE SÃO PAULO

O Livro

Foi estruturado por meio das receitas deliciosas que a Equipe de Programa Educativo do Ramo Escoteiro da Região Escoteira de São Paulo recebeu através do 1º Festival de Comidas Mateiras, realizado entre 6 de agosto a 30 de setembro de 2016, que teve a participação de patrulhas de todo o Estado de São Paulo.

O festival proporcionou que cada patrulha escoteira desenvolvesse e aprimorasse suas habilidades no que é considerado hoje uma das principais tradições do escotismo mundial: a comida mateira!

Mas, afinal, o que é comida mateira? É a técnica de cozinhar sem o uso de utensílios domésticos feita pelos escoteiros nos acampamentos. Essa habilidade faz parte das competências do Ramo Escoteiro, etapas de Insígnias de Interesse Especial e de Especialidades, mostrando que é essencial o domínio da técnica. Ou seja, é importante o jovem ter essa vivência de culinária mateira.

A organização do Festival de Comidas Mateiras recebeu 240 receitas divididas em: entrada, prato principal e sobremesa. Foram selecionadas 45 receitas, seguindo os critérios: informações básicas de cada receita (lista de ingredientes com quantidade, medida da porção e foto ou vídeo); originalidade, criatividade e ordem de envio (para receitas repetidas).

Cada receita possui os ingredientes e o modo de preparo enviado pela Patrulha autora, sem interferências, apenas respeitando a ortografia da normal culta da Língua Portuguesa assim como um padrão para melhor entendimento do leitor.

O que está esperando? Vamos cozinhar e experimentar essas delícias com suas patrulhas e sua tropa escoteira!

"Todo escoteiro deve, naturalmente, saber cozinhar sua refeição de carne e legumes, e também fazer seu pão sem o auxílio dos utensílios de cozinha comumente usados". - Baden-Powell

Caso tenha sugestões ou queira entrar em contato, mande e-mail para ramoescoteiro@escoteirossp.org.br

Sempre Alerta!
Equipe Regional de Programa Educativo do Ramo Escoteiro
Região Escoteira de São Paulo, 2016,

Equipe

Equipe Regional do Ramo Escoteiro
Carolina Magina
Elisa Góe
Emerson Beraldo
Erich Leistenschneider
Fernando André
Gustavo Genioli
Marcio Keni
Mariana Lazarini
Nicolas Coelho
Rafael Spessoto
Renato Fernandes
Sheila Mochida

Escritório Regional
Daniela Molinari
Giovana Paulino
Guilherme Paleari
Rodrigo Moreira

Fotos
Daniel Alteron

Edição e Layout
Hugo Pires

Diretoria Regional de Imagem e Comunicação
Mami Yasunaga
Natalia Freitas

Diretoria Regional de Programa Educativo
Luciana Timoszczuk
Simoni Holland
Sonia Jorge

*Equipe de produção do livro (2016)

SUMÁRIO

ENTRADAS 7
Abobrinha Recheada 8
Batata ao Vapor 10
Cogumelos com Abobrinha 12
Guacamole com Pão de Caçador 14
Omelete no Papel Alumínio 16
Pastelzinho de Presunto e Queijo 18
Pão de Caçador com Ovo (Bolovo) 20
Pão de Caçador com Presunto e Queijo 22
Pão de Caçador Recheado de Queijo 24
Pão de Caçador com Salsicha 26
Pizza no Pão 28
Quatischetta 30
Repolho Cozido 32
Tortomate 34
Tomate Recheado 36

PRINCIPAIS 39
Aparecidinho de Calabresa 40
Arroz à Jardineira 42
Arroz com Legumes e Batata Recheada 44
Arroz com Milho e Carne na Lata 46
Batata Recheada, Arroz e Farofa 48
Batata Recheada com Linguiça Toscana 50
Batatas com Presunto e Queijo 52
Batata Recheada no Espeto 54
"Cadê a Coati?" 56
Cebolaburguer 58
Frango Assado 60
Frango Rolê 62
Hamburgão 64
Kafta de Carne 66
Lasanha na Caixa de Leite 68
Mini Pizza com Molho 70
Risoto de Cogumelos 72

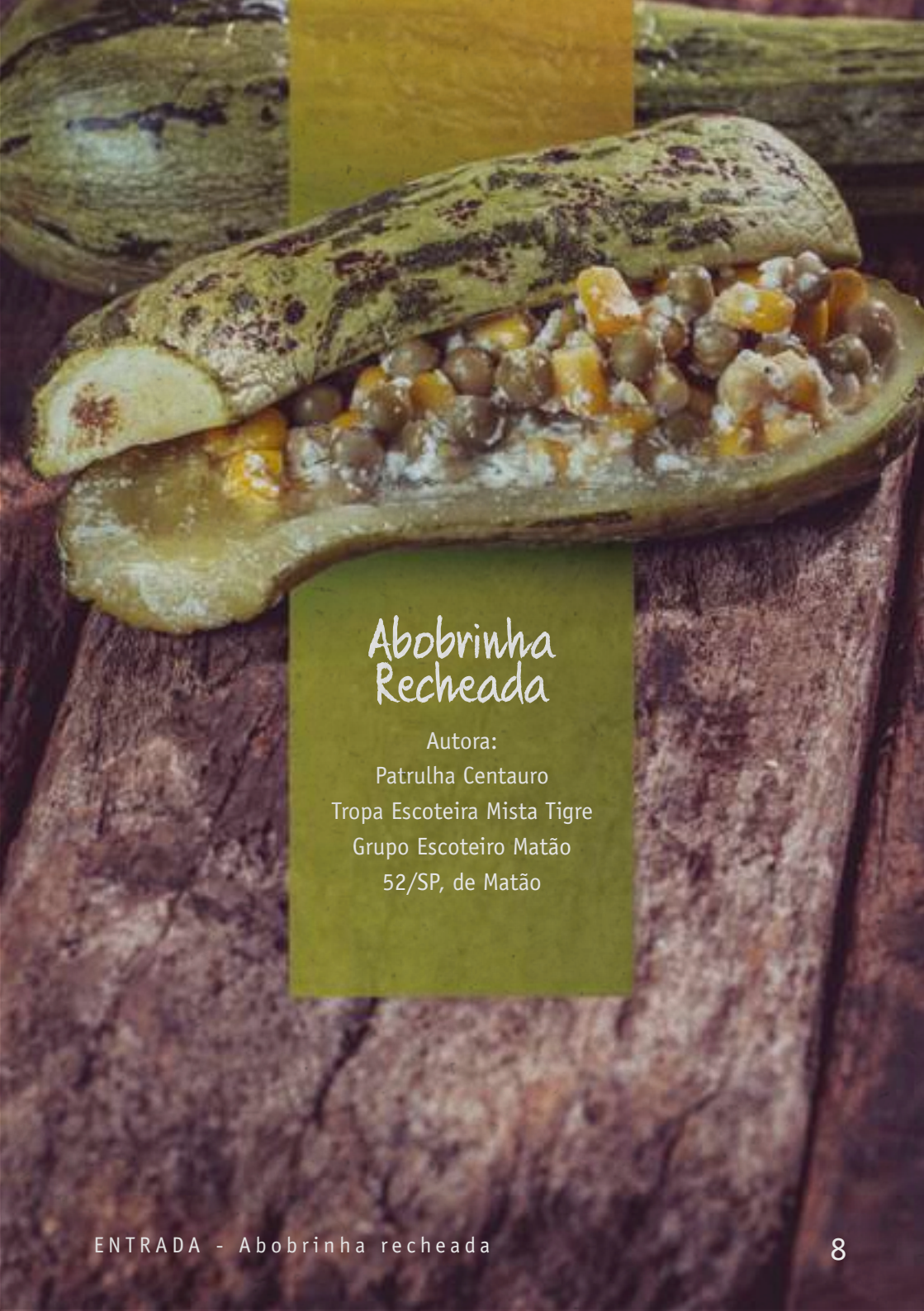
SOBREMESAS 75
Abacaxi com Canela 76
Banana com Doce de Leite 78
Banana Bis 80
Bananassa ao Mel 82
Bananeca 84
Bolo na Laranja 86
Cone Recheado 88
Doce de Abacaxi 90
Fondue 92
Maçã com Canela e Mel 94
Maçã com Goiabada 96
Maçã "Envenenada" 98
Maçã Recheada com Chocolate 100
Mousse de Chocolate 102
Pão de Caçador com Creme de Avelã 104

MÃO NA MASSA

O melhor jeito de aprender é fazendo! Teste as receitas em casa, na unidade escoteira ou em acampamentos

ENTRADAS

Abobrinha Recheada 8
Batata ao Vapor 10
Cogumelos com Abobrinha 12
Guacamole com Pão de Caçador 14
Omelete no Papel Alumínio 16
Pastelzinho de Presunto e Queijo 18
Pão de Caçador com Ovo (Bolovo) 20
Pão de Caçador com Presunto e Queijo 22
Pão de Caçador Recheado de Queijo 24
Pão de Caçador com Salsicha 26
Pizza no Pão 28
Quatischetta 30
Repolho Cozido 32
Tortomate 34
Tomate Recheado 36



Abobrinha Recheada

Autora:
Patrulha Centauro
Tropa Escoteira Mista Tigre
Grupo Escoteiro Matão
52/SP, de Matão

Abobrinha Recheada

Ingredientes

1 abobrinha italiana,
1 col (sopa) de milho,
1 col (sopa) de ervilha,
1 col (sopa) de requeijão

Modo de Preparo

Corte a abobrinha ao meio no sentido do comprimento. Retire o miolo e ponha milho, ervilha e requeijão. Junte as metades e embrulhe no papel alumínio. Asse na brasa por 15min. Lembre-se de virar para que cozinhe por igual. Espete um palito e se estiver macia é porque está pronta.

Serve

1

Batata ao Vapor

Autora:
Patrulha Ares
Tropa Escoteira Mista
Caio Viana Martins
Grupo Escoteiro Ivoturucaia
274/SP, de Campo Limpo
Paulista

Batata ao Vapor

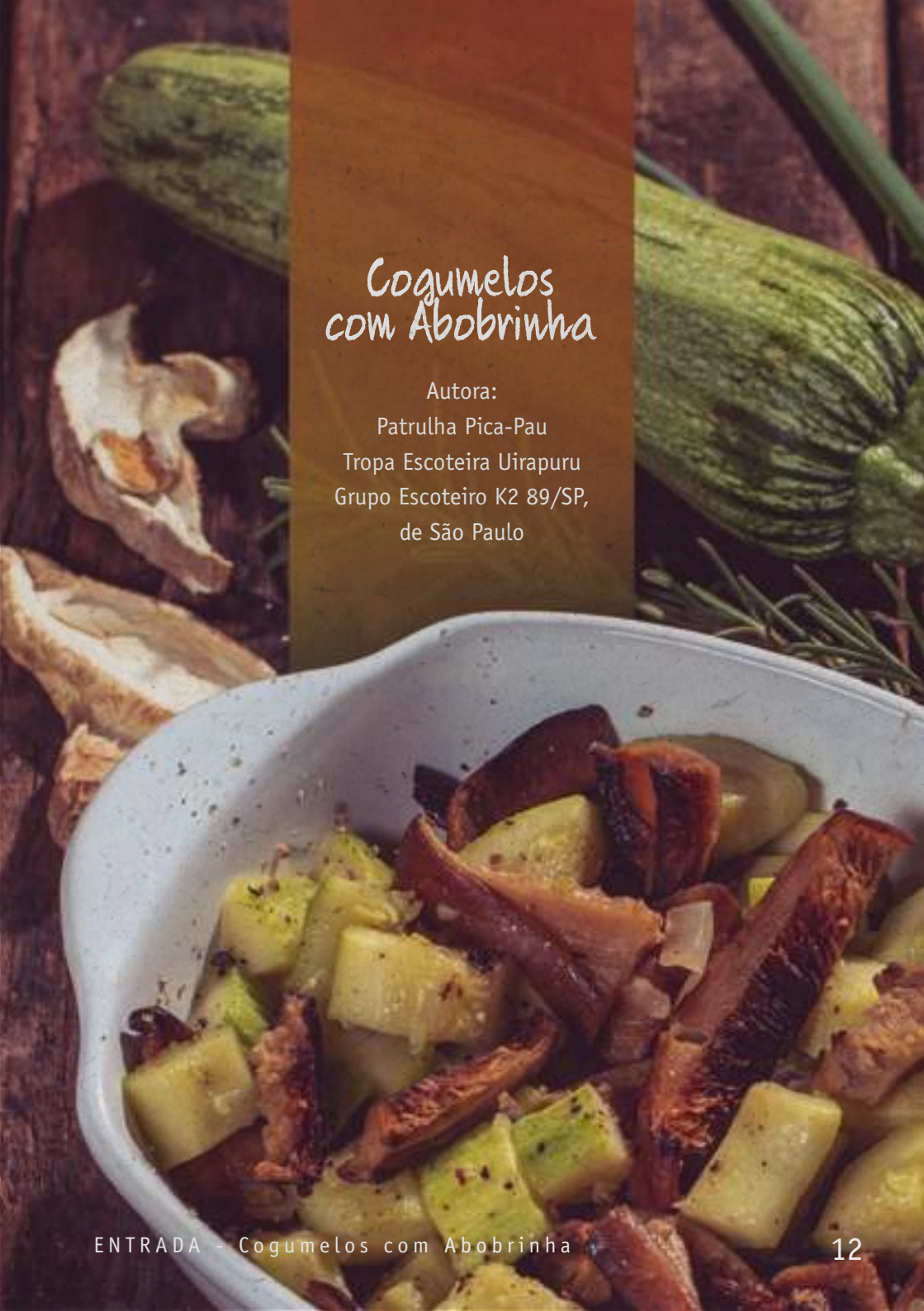
Ingredientes
5 batatas médias
e presunto e queijo à gosto.

Modo de Preparo
Recheie as batatas com presunto e queijo e embrulhe com papel alumínio. Cozinhe as batatas, em uma folhagem encharcada de água para gerar vapor, até ficarem macias.

Serve
3

Cogumelos com Abobrinha

Autora:
Patrulha Pica-Pau
Tropa Escoteira Uirapuru
Grupo Escoteiro K2 89/SP,
de São Paulo



Cogumelos com Abobrinha

Ingredientes

1 abobrinha pequena em cubinhos,
1 xíc (chá) de cogumelos frescos fatiados,
1 cebola média picada,
3 col (sopa) de óleo vegetal,
sal e pimenta a gosto.

Modo de Preparo

Na metade de um bambu aqueça 2 col (sopa) de óleo e salteie os cogumelos com sal. Deixe até secar a água e então remova do bambu e reserve. No mesmo bambu, coloque mais 1 col (sopa) de óleo e deixe ficar bem quente. Junte cebola picada, afaste da brasa e tempere com sal a gosto. Quando a cebola dourar, ponha a abobrinha. Deixe por mais ou menos 1min. Misture com delicadeza com outros ingredientes. Verifique o sal e coloque um pouco de pimenta moída na hora de servir.

Serve
2

Guacamole com Pão de Caçador

Autora:
Patrulha Quati
Tropa Escoteira Mista Fênix
Grupo Escoteiro Carcarás
339/SP, de Jaboticabal

Guacamole com Pão de Caçador

Ingredientes

1 abacate médio,
2 tomates,
3 col (sopa) de azeite,
500g de farinha de trigo
e sal a gosto.

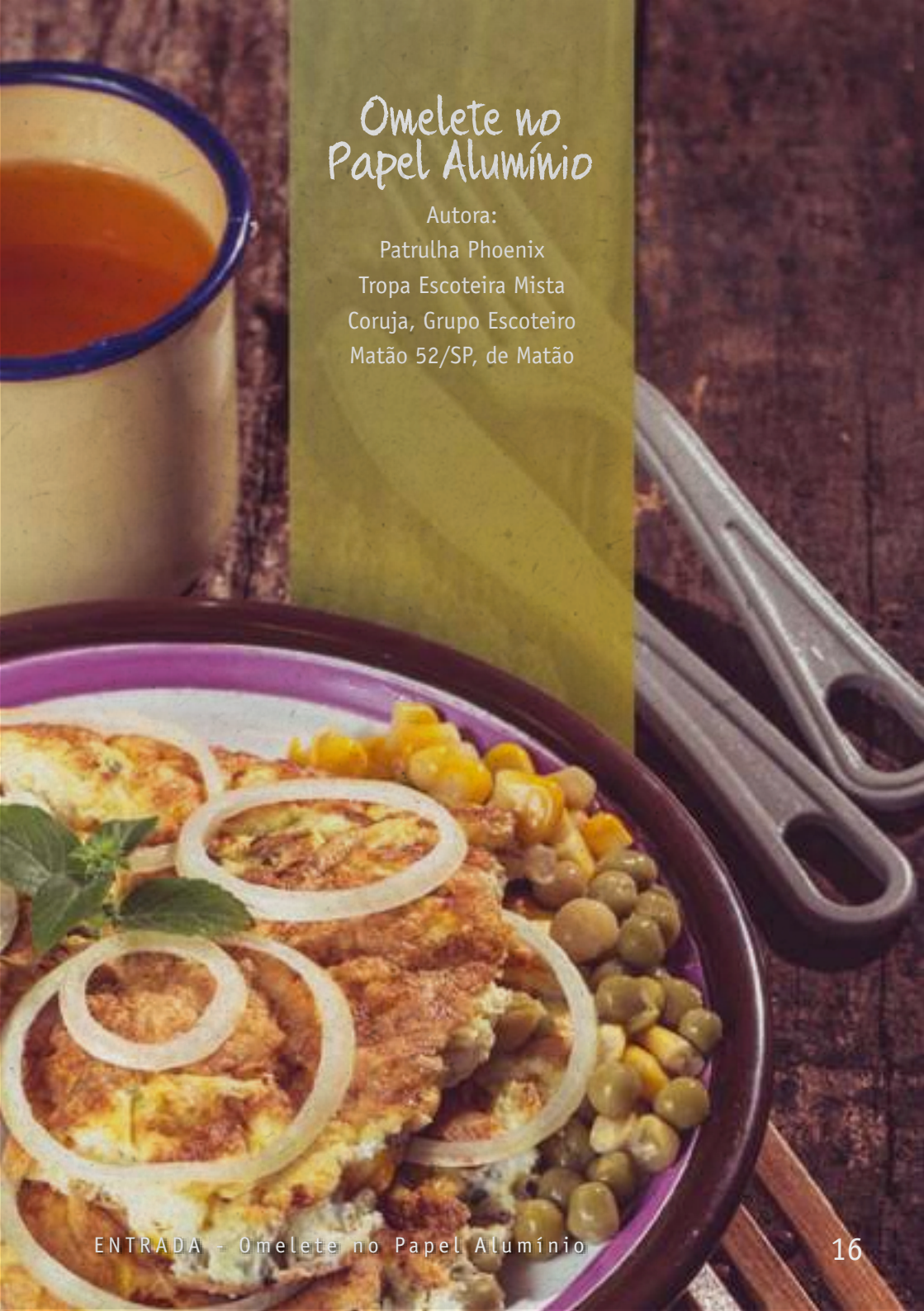
Modo de Preparo

Amasse o abacate e faça uma pasta, misturando azeite, tomates picados e sal. Prepare o pão de caçador misturando a farinha com água até obter a massa. Asse na fogueira em formato de triângulo. Coloque a guacamole sobre as tortilhas para comer.

Serve
6

Omelete no Papel Alumínio

Autora:
Patrulha Phoenix
Tropa Escoteira Mista
Coruja, Grupo Escoteiro
Matão 52/SP, de Matão



Omelete no Papel Alumínio

Ingredientes

3 ovos,
1 col (sopa) de milho,
1 col (sopa) de ervilha,
cebola fatiada (opcional)
e uma pitada de sal.

Modo de Preparo

Bata os ovos. Junte milho, ervilha e cebola. Faça uma cumbuquinha de papel alumínio, coloque a omelete dentro, feche e leve à brasa sobre grelha por 10min.

Serve

1

Pastelzinho de Presunto e Queijo

Autora:
Patrulha Ursa Maior
Tropa Escoteira Mista
Caio Viana Martins
Grupo Escoteiro Ivoturucaia
274/SP, de Campo Limpo
Paulista

Pastelzinho de Presunto e Queijo

Ingredientes

500g farinha de trigo,
sal,
250ml de água,
7 col (sopa) de óleo,
400g de presunto e
400g de queijo.

Modo de Preparo

Prepare a massa do pastel misturando tudo até desgrudar do recipiente. Se não estiver desgrudando, adicione mais farinha. Deixe descansar por 20min. Estique no tamanho desejado. Prepare o pastelzinho cortando a massa crua no tamanho desejado. Pique em cubos o presunto e o queijo. Recheie a massa, feche e embrulhe no papel alumínio. Coloque na brasa. Deixe por aproximadamente 20 min e PRONTO!

Serve
6

Pão de Caçador com Ovo

Autora:
Patrulha Mero
Tropa Escoteira Mista Xingu
Grupo Escoteiro do Mar
Carmo 11/SP, de Santos

Pão de Caçador com Ovo (Bolovo)

Ingredientes

2 ovos,
2 xic (chá) de farinha de trigo,
1 copo (250ml) de água e
1,5 col (chá) de sal.

Modo de Preparo

Perfure o ovo com o espeto, coloque na brasa por 40 min e tire a casca. Prepare a massa do pão (farinha, água e sal) até ficar consistente (e que não grude nas mãos). Envolva o ovo cozido com a massa de pão de caçador e coloque novamente na brasa até dourar. Retire e sirva.

Serve
2

Pão de Caçador com Presunto e Queijo

Autora:
Patrulha Jaguatirica
Tropa Escoteira Mista Fênix
Grupo Escoteiro Carcarás
339/SP, de Jaboticabal

Pão de Caçador com Presunto e Queijo

Ingredientes

500g de farinha de trigo,
água,
400g muçarela,
400g presunto e
sal a gosto.

Modo de Preparo

Misture a farinha com a água e o sal até obter uma textura de massa de pão. Enrole a massa em formato de bolinhos com pedaços do queijo muçarela e do presunto por dentro. Coloque para assar envolto em papel alumínio sobre a fogueira.

Serve

6

Pão de Caçador Recheado de Queijo

Autora:
Patrulha Tigre
Tropa Escoteira Araribóia
Grupo Escoteiro Temiminós
84/SP, de São Paulo

Pão de Caçador Recheado de Queijo

Ingredientes

1kg de farinha de trigo,
água,
sal,
1 col (chá) de fermento de pão e
pedaços de queijo prato.

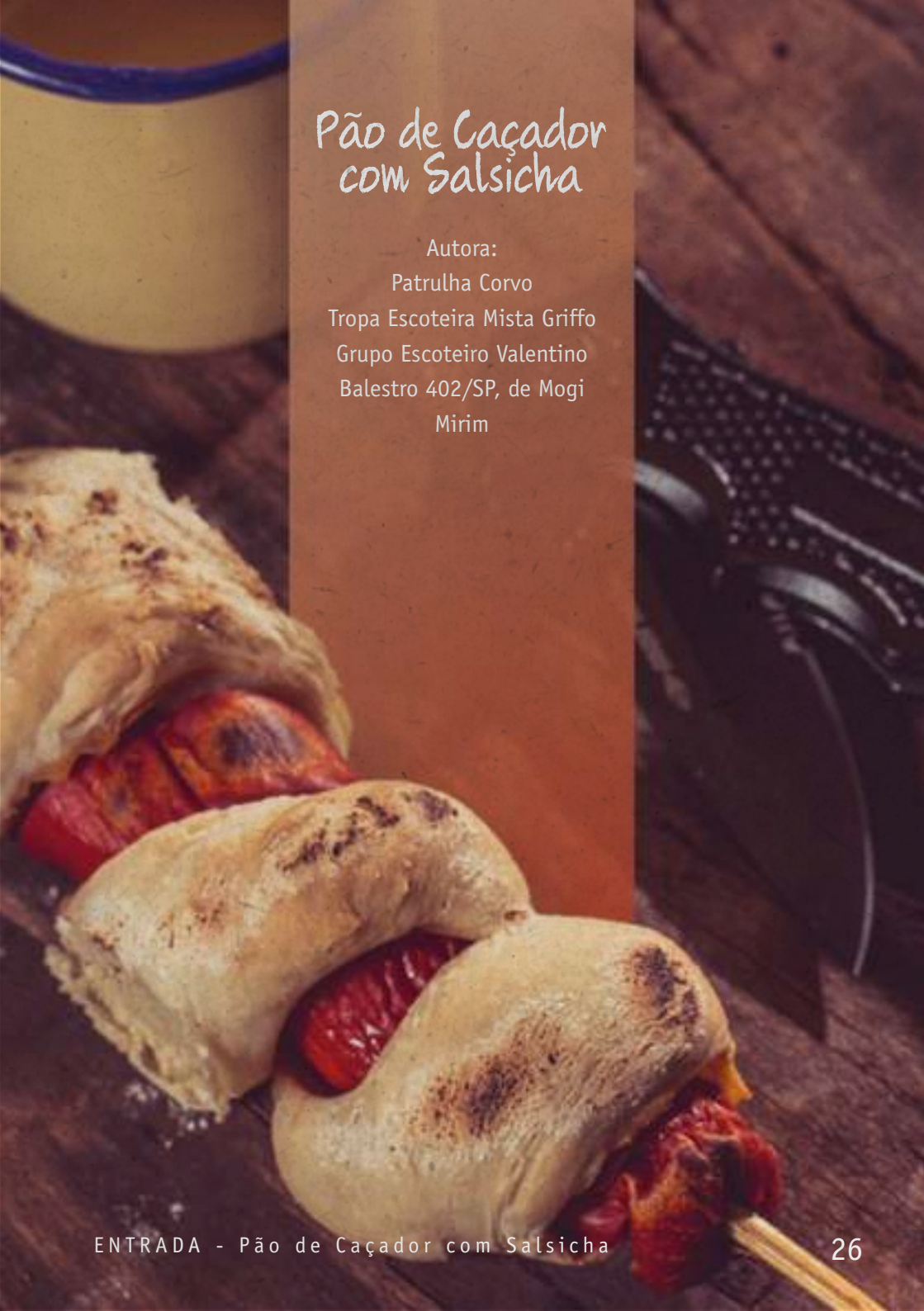
Modo de Preparo

Misture a água com o fermento até dissolvê-lo. Coloque o sal e acrescente a farinha até dar o ponto (desgrudar da mão). Sove bastante para ficar macio. Deixe descansar. Coloque os cubos de queijo prato no espeto e depois envolva com a massa. Deixe na fogueira para assar.

Serve
15

Pão de Caçador com Salsicha

Autora:
Patrulha Corvo
Tropa Escoteira Mista Griffo
Grupo Escoteiro Valentino
Balestro 402/SP, de Mogi
Mirim



Pão de Caçador com Salsicha

Ingredientes
500g de salsicha,
farinha de trigo a gosto,
água e
sal a gosto

Modo de Preparo
Faça a massa do pão de caçador, faça rolinhos e reserve. Coloque a salsicha no palito de churrasco e com uma faca faça um semi corte. Nesse corte coloque o pão de caçador e asse.

Serve
5

Pizza no Pão

Autora:
Patrulha Lobo
Tropa Escoteira Mista Griffo
Grupo Escoteiro Valentino
Balestro 402/SP, de Mogi
Mirim

Pizza no Pão

Ingredientes
6 pães,
1 sachê de molho de tomate,
250g de queijo e
orégano a gosto.

Modo de Preparo
Corte os pães em rodelas e passe o molho de tomate. Depois coloque o queijo e orégano e deixe no fogo por 1min.

Serve
1

Quatischetta

Autora:
Patrulha Coati
Tropa Escoteira Mista Ebenézer
Grupo Escoteiro Ebenézer
44/SP, de São Paulo

Quatischetta
Torradas Gourmet

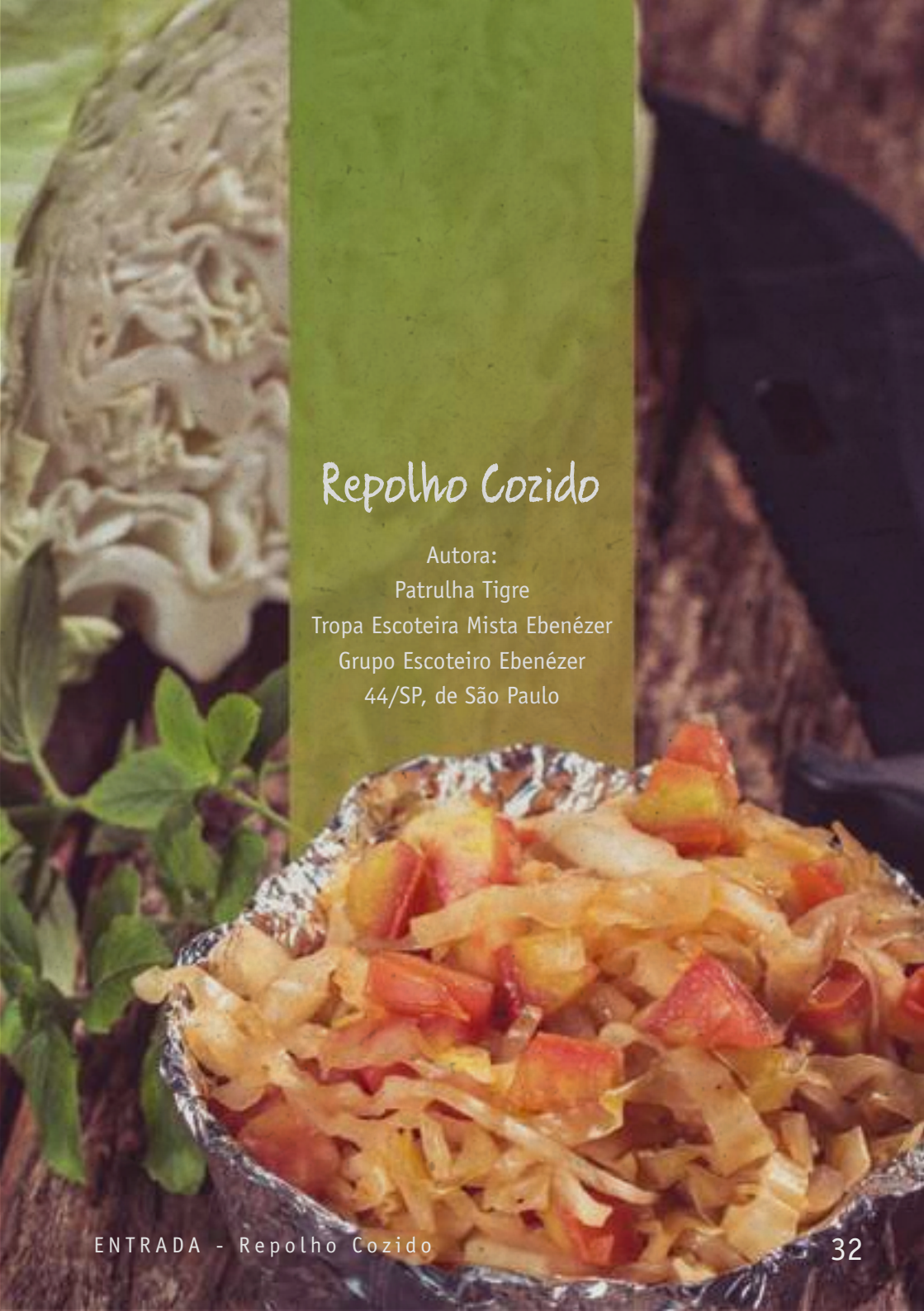
Ingredientes
Pão francês em fatias finas,
azeite,
molho pronto de tomate,
queijo muçarela ralado,
tomates picados,
orégano,
alho desidratado e
folhas de manjericão.

Modo de Preparo
Regue um lado das fatias de pão com um pouco do azeite de oliva. Coloque as fatias numa forma feita com papel alumínio, sendo que o lado com o azeite ficará para baixo. No lado que ficou para cima, coloque um pouco de alho desidratado, depois o molho e espalhe bem. Sobre o molho coloque o queijo e em seguida os tomates picadinhos. Polvilhe um pouco de orégano e regue novamente cada fatia com um fio de azeite. Leve a fogueira até que o queijo esteja derretido. Coloque folhas de manjericão e sirva em seguida.

Serve
7

Repolho Cozido

Autora:
Patrulha Tigre
Tropa Escoteira Mista Ebenézer
Grupo Escoteiro Ebenézer
44/SP, de São Paulo



Repolho Cozido

Ingredientes

1 repolho,
400g de tomate,
2 cebolas,
molho de soja à gosto e
água.

Modo de Preparo

Pique o repolho, o tomate e a cebola. Tempere com o molho de soja. Misture tudo e embrulhe com papel alumínio. Coloque ao lado da brasa para assar e acompanhe. Abra um pouco o papel alumínio, coloque um pouco de água, feche e leve novamente ao fogo. Sirva assim que estiver cozido.

Serve
6

Tortomate

Autora:
Patrulha Coruja
Tropa Escoteira Fênix
Grupo Escoteiro Maanaim 129/SP,
de São José do Rio Preto

Tortomate

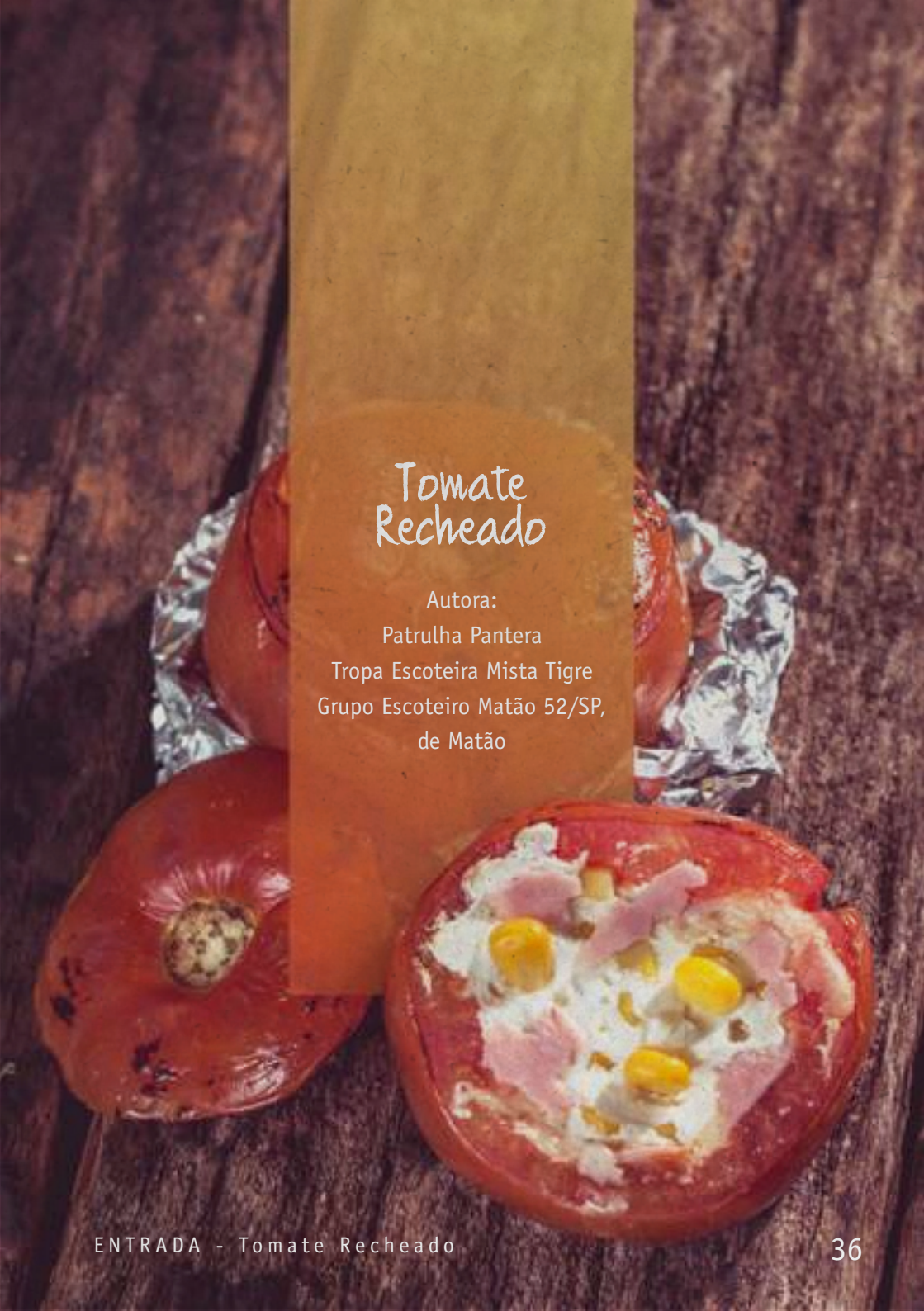
Ingredientes

160g de torradas,
8 tomates cerejas,
100g de requeijão sabor cheddar e queijo branco à gosto.

Modo de Preparo

Corte os tomates ao meio, retire as sementes e recheie com o requeijão e o queijo branco. Espalhe o requeijão nas torradas, coloque os tomates recheados sobre elas e sirva.

Serve
8



Tomate Recheado

Autora:
Patrulha Pantera
Tropa Escoteira Mista Tigre
Grupo Escoteiro Matão 52/SP,
de Matão

Tomate Recheado

Ingredientes

1 tomate grande,
1 fatia de presunto,
1 fatia de muçarela,
1 col (sopa) de milho e
1 col (sopa) de requeijão.

Modo de Preparo

Corte a tampa do tomate e reserve. Com uma colher retire a polpa. Acomode o presunto, a muçarela, o milho e o requeijão. Feche com a tampinha reservada e embrulhe no papel alumínio. Leve à brasa sobre grelha por 15min.

Serve

1

HUMM

PRINCIPAIS

Aparecidinho de Calabresa 40
Arroz à Jardineira 42
Arroz com Legumes e Batata Recheada 44
Arroz com Milho e Carne na Lata 46
Batata Recheada, Arroz e Farofa 48
Batata Recheada com Linguiça Toscana 50
Batatas com Presunto e Queijo 52
Batata Recheada no Espeto 54
"Cadê a Coati?" 56
Cebolaburguer 58
Frango Assado 60
Frango Rolê 62
Hamburgão 64
Kafta de Carne 66
Lasanha na Caixa de Leite 68
Mini Pizza com Molho 70
Risoto de Cogumelos 72

Aparecidinho de Calabresa

Autora:
Patrulha Tigre
Tropa Escoteira Araribóia
Grupo Escoteiro Temiminós
84/SP, de São Paulo

Aparecidinho de Calabresa

Ingredientes

3,5kg de batata,
4 gomos de calabresa,
300g de bacon,
200g de parmesão ralado,
200g de muçarela,
sal,
manteiga e
leite à gosto.

Modo de Preparo

Cozinhar as batatas dentro de caixinhas de leite (depois fazer papelotes delas, quando estiverem menos duras). Cortar a calabresa e o bacon em cubinhos e fritar. Depois que a batata estiver cozida, amassar e fazer um purê, com a manteiga, o leite e o sal. Numa forma colocar parte do purê, em seguida parte da calabresa, uma camada de queijo, cobrir com o restante do purê e colocar o resto da calabresa, o bacon, a muçarela e o parmesão. Levar à fogueira, para gratinar.

Serve
15

Arroz à Jardineira

Autora:
Patrulha Pantera
Tropa Escoteira Mista Tigre
Grupo Escoteiro Matão 52/SP,
de Matão

Arroz à Jardineira

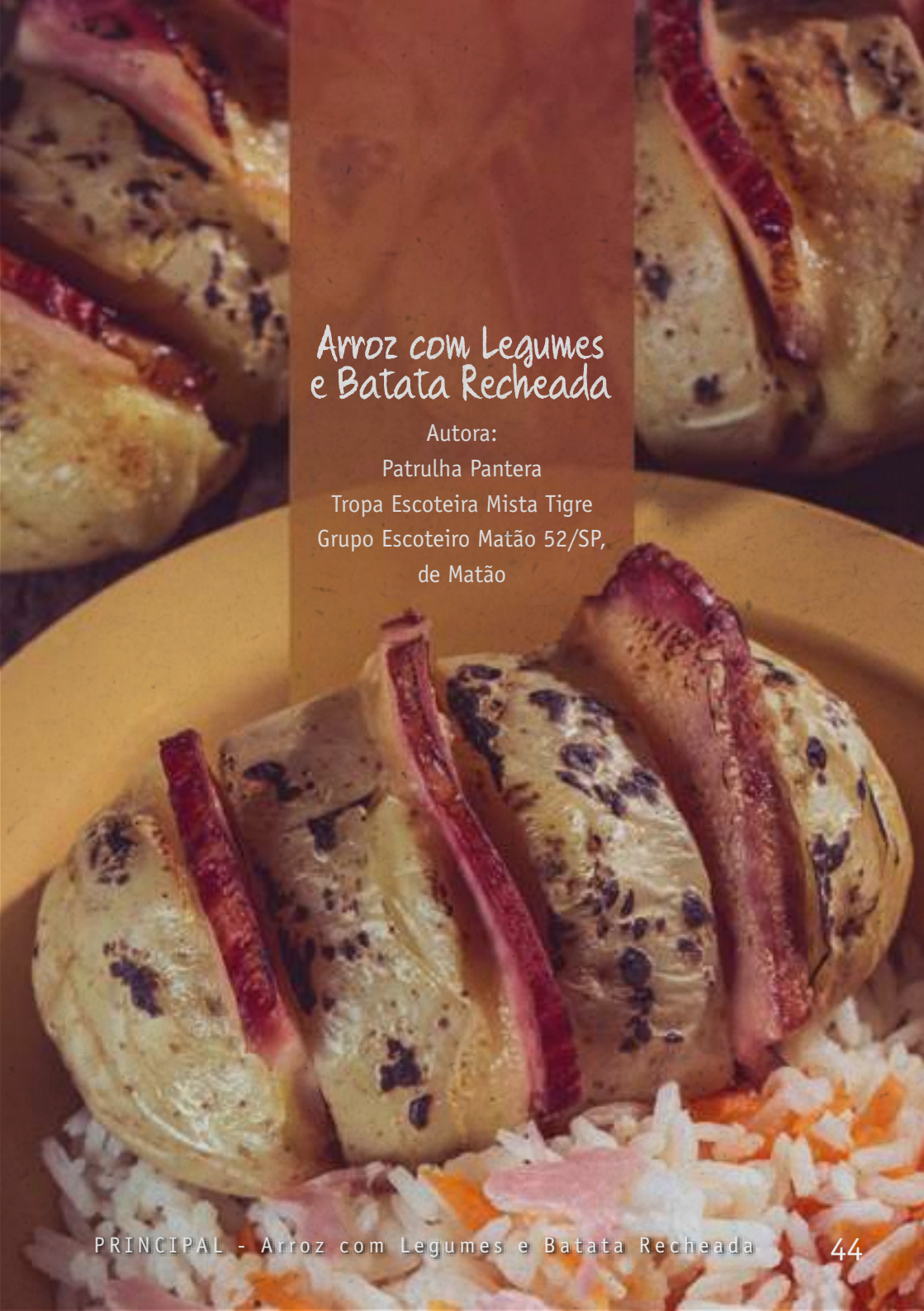
Ingredientes

2 xíc (café) de arroz,
5 xíc (café) de água,
1 col de (café) de tempero pronto e
3 col (sopa) jardineira (conserva com milho, ervilha e batata).

Modo de Preparo

Faça uma cumbuquinha de papel alumínio. Tempere a água com o tempero pronto. Coloque na cumbuca o arroz, a jardineira e a água. Feche bem e leve à brasa sobre grelha por 10min.

Serve
2



Arroz com Legumes e Batata Recheada

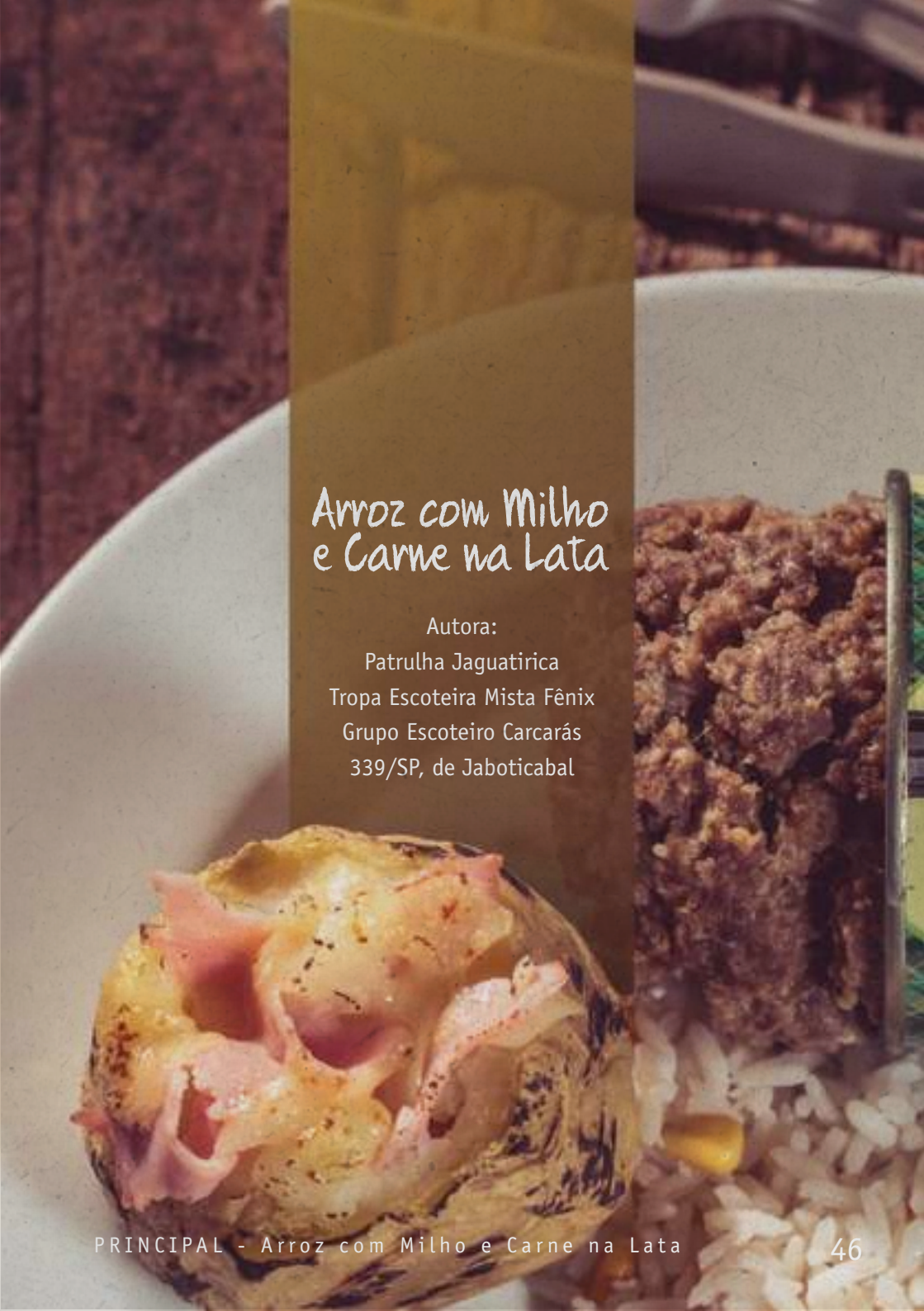
Autora:
Patrulha Pantera
Tropa Escoteira Mista Tigre
Grupo Escoteiro Matão 52/SP,
de Matão

Arroz com Legumes e Batata Recheada

Ingredientes
250g de arroz,
2 batatas,
100g de bacon em tiras,
1 cenoura ralada,
2 fatias de queijo e
2 fatias de presunto.

Modo de Preparo
Corte as batatas ao meio e recheie com bacon e queijo. Enrole no papel alumínio e leve ao fogo. Cozinhe o arroz com a cenoura e coloque o presunto quando pronto.

Serve
2



Arroz com Milho e Carne na Lata

Autora:
Patrulha Jaguatirica
Tropa Escoteira Mista Fênix
Grupo Escoteiro Carcarás
339/SP, de Jaboticabal

Arroz com Milho e Carne na Lata

Ingredientes

6 copos de arroz,
8 batatas médias e
800g de carne moída.

Modo de Preparo

Misture o arroz com a água, o sal e o milho. Coloque na caixa de leite com a parte superior aberta e deixe na fogueira não muito próxima do fogo. Envolva as batatas em papel alumínio e coloque sobre a fogueira para assar. Quando elas estiverem um pouco macias, retire do fogo e corte uma "tampa" no sentido horizontal. Com uma colher, retire uma parte do miolo. Coloque a muçarela e o presunto. Envolva novamente no papel alumínio e volte para a fogueira para derreter o queijo. Na lata de milho, coloque a carne moída temperada com sal. Deixe na fogueira não muito próximo ao fogo. Quando estiver assada, corte e sirva.

Serve
8

Batata Recheada, Arroz e Farora

Autora:
Patrulha Lobo
Tropa Escoteira Mista Griffo
Grupo Escoteiro Valentino
Balestro 402/SP, de Mogi Mirim

Batata Recheada, Arroz e Farofa

Ingredientes

6 batatas,
1 sachê de catupiry,
250g de bacon e
2 xic (chá) de arroz.
Azeite, leite, manteiga, sal e farofa temperada à gosto.

Modo de Preparo

Batata recheada: Corte as batatas ao meio e tire o miolo. Recheie com bacon fatiado e catupiry. Embrulhe com papel alumínio e deixe no fogo por 10min.
Arroz com bacon: Em uma caixa de leite coloque pedaços de bacon com um pouco de azeite e deixe alguns instantes na brasa. Após 5min, coloque o arroz e água e deixe ferver até cozinhar.
Purê de batata: Descasque 3 batatas, coloque para cozinhar na caixa de leite por 40min. Retire com cuidado. Ainda quente, amasse as batatas em um recipiente com um pouco de leite, manteiga e sal.

Serve
7

Batata Recheada com Linguiça Toscana

Autora:
Patrulha Corvo
Tropa Escoteira Mista Griffo
Grupo Escoteiro Valentino
Balestro 402/SP, de Mogi Mirim

Batata Recheada com Linguiça Toscana

Ingredientes
3 batatas grandes,
500g de linguiça toscana e
200g de queijo.

Modo de Preparo
Enrole as batatas com casca no papel alumínio e coloque no fogo até cozinhar. Corte-as ao meio, retire o miolo e reserve em uma vasilha. Tire a pele da linguiça e pique. Junte a linguiça, o queijo picado e o miolo da batata, misture tudo e recheie a batata. Embrulhe em papel alumínio e coloque para assar por 15min.

Serve
1

Batata Recheada com Presunto e Queijo

Autora:
Patrulha Quati
Tropa Escoteira Mista Fênix
Grupo Escoteiro Carcarás 339/SP,
de Jaboticabal

Batata Recheada com Presunto e Queijo

Ingredientes
6 batatas médias,
500g de presunto,
500g de muçarela e
sal.

Modo de Preparo
Cozinhe as batatas em um pouco de água. Em seguida faça uma cavidade nelas, retirando parte do miolo e colocando algumas fatias de presunto e de queijo. Envolva as mesmas em papel alumínio e leve ao fogo para assar.

Serve
1

Batata Recheada no Espeto

Autora:
Patrulha Mero
Tropa Mista Xingu
Grupo Escoteiro do Mar do Carmo
11/SP, de Santos

Batata Recheada no Espeto

Ingredientes
3 batatas grandes,
3 espetos,
fatias de queijo,
fatias de presunto e
pedaços de tomate seco.

Modo de Preparo
Limpe as batatas e fatie. Prepare, em camadas, uma fatia de batata, queijo, presunto e tomate seco até finalizar com batata. Utilize um espeto para manter as camadas. Embrulhe em papel alumínio e mantenha na fogueira por 40min. Retire o papel alumínio e sirva.

Serve
4

"Cadê a Coati?"

Autora:
Patrulha Coati
Tropa Escoteira Mista Ebenézer
Grupo Escoteiro Ebenézer
44/SP, de São Paulo

"Cadê a Coati?"

Ingredientes

500g de peito de frango,
2 tabletes de caldo de galinha,
1 col (sopa) de salsa,
1kg mandioca,
1,5 de cebola ralada,
1 copo de requeijão,
leite e
queijo parmesão ralado à gosto.

Modo de Preparo

Cozinhe o peito de frango com 1 xíc (chá) de água e tabletes de caldo de galinha. Se necessário, coloque mais água fervente. Desfie o peito e misture o caldo que sobrou do cozimento, a cebola e a salsa. Cozinhe a mandioca e, ainda quente, amasse até obter um purê. Despeje numa caixa de leite com papel alumínio, espalhe o recheio de frango e cubra com o resto da mandioca. Cubra com requeijão misturado com o leite. Polvilhe com o queijo parmesão e leve a fogueira para gratinar.

Serve
7

Cebolaburguer

Autora:
Patrulha Coruja
Tropa Escoteira Fênix
Grupo Escoteiro Maanaim
129/SP, de São José do Rio Preto

Cebolaburguer

Ingredientes

4 cebolas grandes,
100g de creme de cebola,
1kg de carne moída e
tempero pronto em sachê.

Modo de Preparo

Corte as cebolas em anéis, retirando o miolo. Misture na carne moída o tempero pronto e o creme de cebola. Com as mãos (limpas), recheie os anéis de cebola com a carne, embrulhe em papel alumínio e coloque na brasa para assar. Quando estiver cheirando bem, está pronto. Deixe em brasa por cerca de 20min.

Serve
8

Frango Assado

Autora:
Patrulha Tigre
Tropa Escoteira Mista Ebenézer
Grupo Escoteiro Ebenézer 44/SP,
de São Paulo

Frango Assado

Ingredientes
1 frango inteiro,
alho,
molho de soja,
1 tomate e
1 cebola.

Modo de Preparo
Tempere o frango com alho e molho de soja. Dentro do frango coloque o tomate e a cebola, já picados. Coloque um espeto grande de bambu atravessando o frango e apoie em dois tripés. Deixe assar por 1h.

Serve
6

Frango Rolê

Autora:
Patrulha Centauro
Tropa Escoteira Mista Tigre
Grupo Escoteiro Matão
52/SP, de Matão

Frango Rolê

Ingredientes

2 filés de frango (espessura média, se for muito grosso será ruim para enrolar),
1 cenoura em palito e
1/2 col (chá) de tempero pronto.

Modo de Preparo

Passe o tempero pronto sobre o filé. Coloque os palitos de cenoura e enrole. Embrulhe em papel alumínio e asse na brasa por 20min, lembrando de virar para que asse por igual.

Serve
1

Hamburgão

Autora:
Patrulha Phoenix
Tropa Escoteira Mista Coruja
Grupo Escoteiro Matão
52/SP, de Matão

Hamburgão

Ingredientes

200g de carne moída,
1 batata,
1 tomate e
1/2 col (chá) de tempero pronto.

Modo de Preparo

Misture o sal e a carne moída. Molde no formato de hambúrguer e reserve. Descasque a batata. Corte a batata e o tomate em rodelas grossas. Faça um envelope com o papel alumínio, coloque a metade das rodelas de batata,as de tomate (formando uma caminha) e o hambúrguer por cima, repita a operação colocando tomate e batata. Feche o envelope e leve à brasa por 20min, tomando o cuidado de virá-lo para que asse sem queimar. Obs.: a batata e o tomate, além de ser saborosos, vão proteger o hambúrguer. A batata é uma barreira para que ele não queime e o tomate solta um caldinho que ajuda a cozinhá-lo.

Serve
1

Kafta de Carne

Autora:
Patrulha Centauro
Tropa Escoteira Mista Tigre
Grupo Escoteiro Matão
52/SP, de Matão

Kafta de Carne

Ingredientes

500g carne moída,
2 col (chá) de sal,
2 col (sopa) de óleo e
2 dentes de alho amassado.

Modo de Preparo

Tempere a carne com óleo, alho amassado e sal. Enrole a carne em forma de salsicha e os espete (espetos de bambu ou madeira). Embrulhe as kaftas no papel alumínio e asse por 30min nas brasas da fogueira. Retire o papel de alumínio e sirva.

Serve

4

Lasanha na Caixa de Leite

Autora:
Patrulha Garoupa
Tropa Mista Xingu
Grupo Escoteiro do Mar Carmo
11/SP, de Santos

Lasanha na Caixa de Leite

Ingredientes

1 pacote de massa de lasanha de forno,
300g de queijo,
300g de presunto,
1 pacote de molho de tomate pronto e
1 col (chá) de orégano.

Modo de Preparo

Corte a caixa de leite na horizontal e use como recipiente. Monte a lasanha dentro da caixa de leite, intercalando as camadas de massa, queijo, presunto e molho de tomate. Finalize com um pouco de orégano. Deixe a caixa de leite na brasa durante 1h. Retire a lasanha e sirva.

Serve
2

Mini Pizza com Molho

Autora:
Patrulha Ares
Tropa Escoteira Mista Caio Viana Martins
Grupo Escoteiro Ivoturucaia 274/SP, de Campo Limpo Paulista

Mini Pizza com Molho

Ingredientes
500g de farinha.
Água, óleo, sal e
molho de tomate à gosto.

Modo de Preparo
Misture a farinha, a água e o óleo para formar a massa e reserve. Aqueça o molho na fogueira e deixe o reduzindo por 10min. Logo após, aqueça a massa sobre uma folha de papel alumínio e por fim misture tudo.

Serve
4

Risoto de Cogumelos

Autora:
Patrulha Pica-Pau
Tropa Escoteira Uirapuru
Grupo Escoteiro K2 89/SP,
de São Paulo

Risoto de Cogumelos

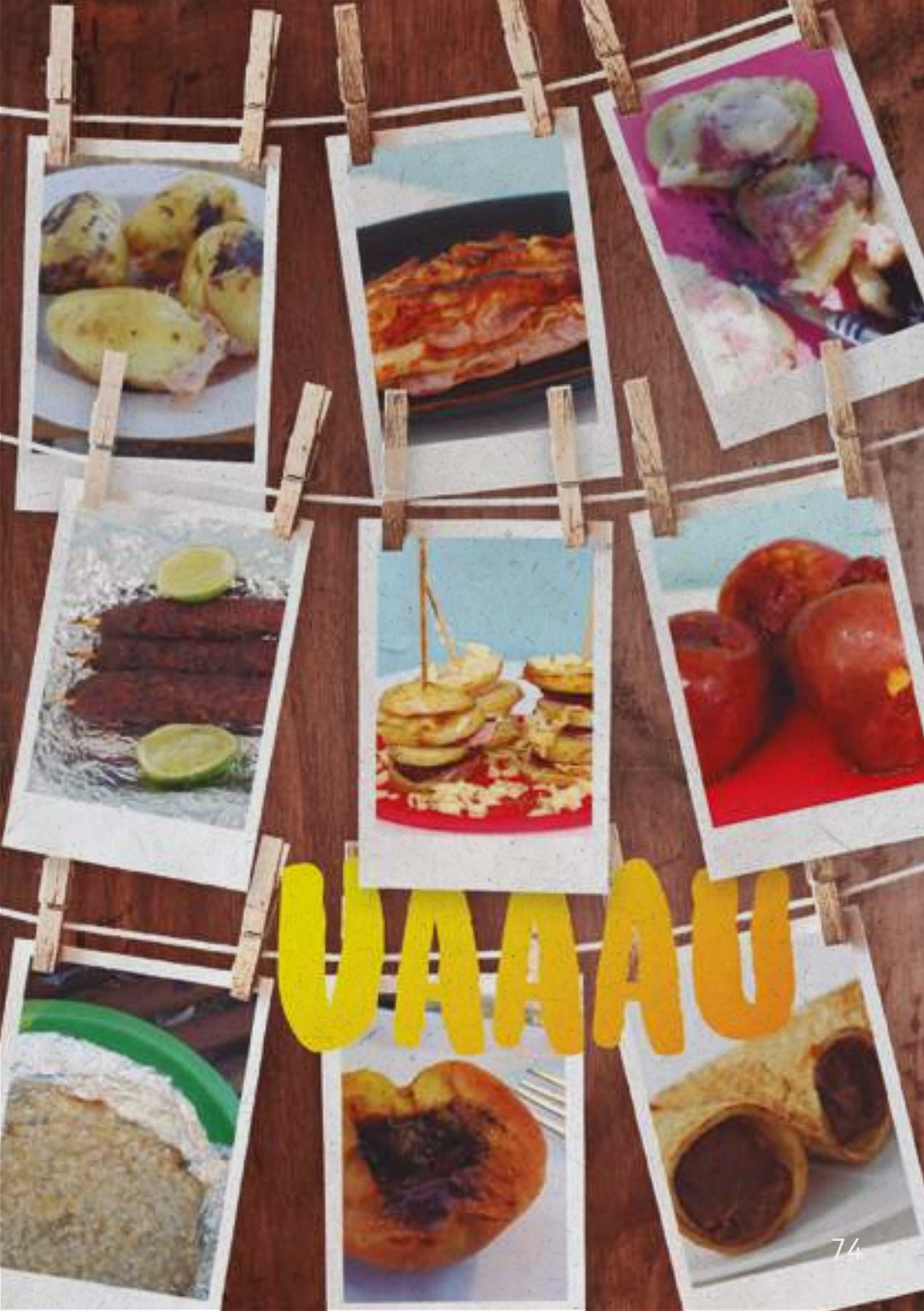
Ingredientes

200g de shitake,
200g de shimeji,
2 xíc (chá) de arroz para risoto,
1 col (sopa) de manteiga,
1 cebola grande,
2 col (sopa) de azeite,
1 dente de alho,
sal (à gosto) e
pimenta-do-reino (à gosto).

Modo de Preparo

No bambu grande coloque os cogumelos com a manteiga. Deixe os cogumelos soltarem a água. Reserve a água na caixa de leite longa vida. Ponha azeite no bambu e doure cebola e alho. Coloque o arroz para risoto e vá aos poucos acrescentando o caldo dos cogumelos. Verifique aos poucos o cozimento do arroz. Quando ele estiver cozido acrescente mais um pouco de caldo e cogumelos e tempere com sal e pimenta à gosto.

Serve
2


YAAAU

SOBREMESAS

Abacaxi com Canela 76
Banana com Doce de Leite 78
Banana Bis 80
Bananassa ao Mel 82
Bananeca 84
Bolo na Laranja 86
Cone Recheado 88
Doce de Abacaxi 90
Fondue 92
Maçã com Canela e Mel 94
Maçã com Goiabada 96
Maçã "Envenenada" 98
Maçã Recheada com Chocolate 100
Mousse de Chocolate 102
Pão de Caçador com Creme de Avelã 104

Abacaxi com Canela

Autora:
Patrulha Tigre
Tropa Escoteira Mista Ebenézer
Grupo Escoteiro Ebenézer
44/SP, de São Paulo

Abacaxi com Canela

Ingredientes
1 abacaxi,
300g de açúcar e
100g de canela.

Modo de Preparo
Descasque o abacaxi e corte em fatias grossas. Misture o açúcar e a canela e vá jogando por cima do abacaxi. Coloque as fatias em um espeto e leve ao fogo até assar. Sirva em seguida.

Serve
6

Banana com Doce de Leite

Autora:
Patrulha Corvo
Tropa Escoteira Mista Griffo
Grupo Escoteiro Valentino
Balestro 402/SP, de Mogi Mirim

Banana com Doce de Leite

Ingredientes
3 bananas,
doce de leite,
açúcar e
canela em pó à gosto.

Modo de Preparo
Descasque as bananas, faça um corte no meio e coloque o doce de leite. Por cima, jogue o açúcar e a canela. Embrulhe com papel alumínio e asse por 15 a 20min.

Serve
6

Banana Bis

Autora:
Patrulha Coruja
Tropa Escoteira Fênix
Grupo Escoteiro Maanaim
129/SP, de São José do Rio Preto

Banana Bis

Ingredientes
12 bananas e
1 caixa de bis.

Modo de Preparo
Descasque as bananas, faça um corte de comprido abrindo-as. Pique o chocolate bis em pedaços grandes e coloque no meio das bananas. Embrulhe em papel alumínio e coloque na brasa por 5min. Retire, espere esfriar um pouco e sirva.

Serve
6

Bananassa ao Mel

Autora:
Patrulha Pantera
Tropa Escoteira Mista Tigre
Grupo Escoteiro Matão
52/SP, de Matão

Bananassa ao Mel

Ingredientes

2 bananas nanica em rodelas grossas,
4 col (sopa) de mel e
2 col (sopa) de uva passa.

Modo de Preparo

Faça uma cumbuquinha de papel alumínio, coloque 1 col (sopa) de mel no fundo, faça uma camada de banana, uma de uva passa e outra de mel, alternando até terminar os ingredientes. Feche a cumbuquinha e leve à brasa sobre grelha por 15min.

Serve

1

Bananeca

Autora:
Patrulha Phoenix
Tropa Escoteira Mista Coruja
Grupo Escoteiro Matão
52/SP, de Matão

Bananeca

Ingredientes
2 bananas nanicas,
4 col (sopa) de aveia e
3 col (sopa) de mel.

Modo de Preparo
Faça uma cumbuca com o papel alumínio. Amasse as bananas com um garfo, acrescente a aveia e o mel. Coloque dentro da cumbuca e leve à brasa sobre a grelha por 10min.

Serve
1

Bolo na Laranja

Autora:
Patrulha Pica-Pau
Tropa Escoteira Uirapuru
Grupo Escoteiro K2 82/SP,
de São Paulo

Bolo na Laranja

Ingredientes

2 laranjas grandes,
2 xic (chá) de farinha,
6 col (chá) de cacau em pó,
9 col (chá) de açúcar,
1/2 col (chá) de bicarbonato de sódio,
uma pitada de sal,
4 col (chá) de óleo de canola,
1/2 col (chá) de vinagre branco,
1/2 col (chá) de extrato de baunilha e
1 1/4 xic (chá) de água.

Modo de Preparo

Misture todos os ingredientes. Corte o topo das laranjas e esvazie. Despeje a mistura nas laranjas vazias, colocando a tampa. Cubra com papel alumínio e deixe assar nas brasas da fogueira por 1h. Deguste quente.

Serve
2

Cone Recheado

Autora:
Patrulha Garoupa
Tropa Escoteira Mista Xingu
Grupo Escoteiro do Mar Carmo
11/SP, de Santos

Cone Recheado

Ingredientes

3 casquinhas de sorvete pequenas,
1 barra de chocolate à gosto,
1 doce de leite e
1 pacote de marshmallow.

Modo de Preparo

Recheie a casquinha em camadas com os ingredientes, chocolate picado, marshmallow e doce de leite. Embrulhe com papel alumínio a casquinha pronta. Deixe na brasa durante 30min. Retire do papel alumínio e sirva.

Serve
3

Doce de Abacaxi

Autora:
Patrulha Centauro
Tropa Escoteira Mista Tigre
Grupo Escoteiro Matão 52/SP,
de Matão

Doce de Abacaxi

Ingredientes

2 fatias de abacaxi cortadas em cubos,
2 col (café) de coco ralado e
2 col (café) de açúcar.

Modo de Preparo

Faça uma cumbuca com o papel alumínio. Coloque uma camada de açúcar no fundo, uma camada de abacaxi, uma de coco ralado e repita até terminar os ingredientes. Feche a cumbuca e leve à brasa sobre grelha por 15min.

Serve
2

Fondue

Autora:
Patrulha Lobo
Tropa Escoteira Mista Griffo
Grupo Escoteiro Valentino
Balestro 402/SP, Mogi Mirim

Fondue

Ingredientes
2 barras de chocolate,
3 kiwis,
1 caixa de morango,
2 cachos de uva e
1 caixa de creme de leite.

Modo de Preparo
Derreta o chocolate em banho maria por 5min. Junte creme de leite e misture. Corte as frutas em pedaços e mergulhe no fondue.

Serve
5

Maçã com Canela e Mel

Autora:
Patrulha Leão
Tropa Escoteira Mista Griffo
Grupo Escoteiro Valentino
Balestro 402/SP, de Mogi Mirim

Maçã com Canela e Mel

Ingredientes

2 maçãs,
1 col (chá) de canela e
1 xic (chá) de mel.

Modo de Preparo

Corte a maçã em pedaços. Coloque a canela e o mel. Embrulhe no papel alumínio e leve ao fogo.

Serve
2

Maçã com Goiabada

Autora:
Patrulha Mero
Tropa Escoteira Mista Xingu
Grupo Escoteiro do Mar Carmo
11/SP, de Santos

Maçã com Goiabada

Ingredientes
3 maçãs (grandes) e
500g de goiabada.

Modo de Preparo
Faça um buraco na maçã com o auxílio de uma colher. Recheie a maçã com pedaços de goiabada. Embrulhe com papel alumínio e mantenha na brasa por 30min. Retire do papel alumínio e sirva.

Serve
3

Maçã "Envenenada"

Autora:
Patrulha Coati
Tropa Escoteira Mista Ebenézer
Grupo Escoteiro Ebenézer
44/SP, de São Paulo

Maçã "Envenenada"

Ingredientes
7 maçãs,
açúcar e
canela à gosto.

Modo de Preparo
Misture o açúcar e a canela. Abra as maçãs ao meio, retire as sementes, faça pequenos buracos e recheie com o açúcar e a canela. Feche a maçã, envolva com papel de alumínio e leve à brasa por 10min.

Serve
7

Maçã Recheada com Chocolate

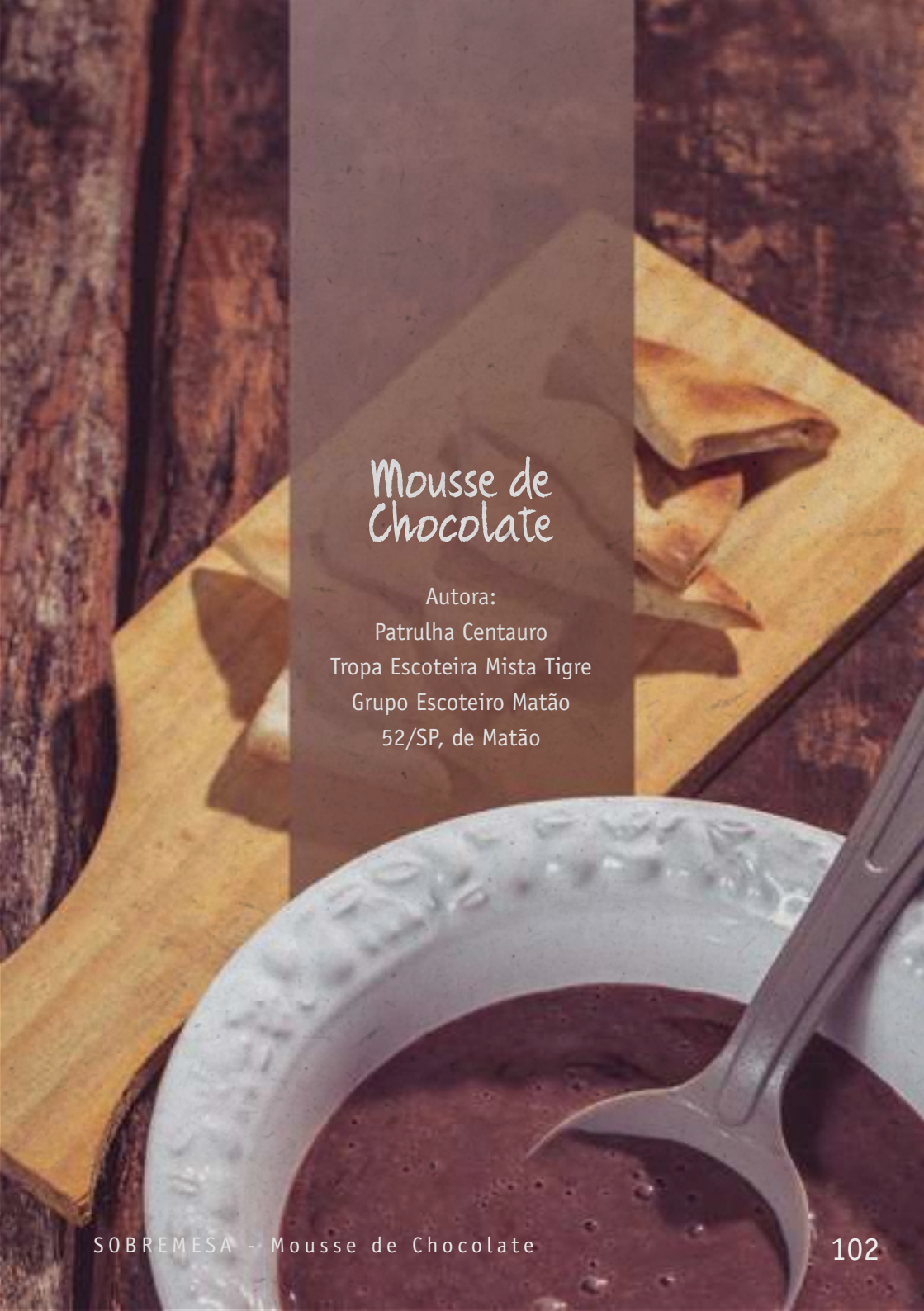
Autora:
Patrulha Tigre
Tropa Escoteira Araribóia
Grupo Escoteiro Temiminós
84/SP, de São Paulo

Maçã Recheada com Chocolate

Ingredientes
8 maçãs e
500g de chocolate.

Modo de Preparo
Corte as maçãs ao meio, retire as sementes e faça um pequeno buraco no meio. Corte o chocolate em cubos e coloque no meio da maçã. Feche as duas metades e enrole com papel alumínio. Coloque na brasa e sirva.

Serve
16



Mousse de Chocolate

Autora:
Patrulha Centauro
Tropa Escoteira Mista Tigre
Grupo Escoteiro Matão
52/SP, de Matão

Mousse de Chocolate

Ingredientes
Creme de leite,
leite condensado e
achocolatado em pó.

Modo de Preparo
Misture todos os ingredientes em uma vasilha (feita de papel alumínio) e está pronto sua musse de chocolate.

Serve
4

Pão de Caçador com Creme de Avelã

Autora:
Patrulha Jaguatirica
Tropa Escoteira Mista Fênix
Grupo Escoteiro Carcarás 339/SP,
de Jaboticabal

Pão de Caçador com Creme de Avelã

Ingredientes
500g de farinha de trigo e
1 pote de creme de avelã.

Modo de Preparo
Mistura-se água a gosto com a farinha até obter uma massa homogênea. Prepare bolinhos recheados com o creme de avelã e coloque para assar em uma bandeja feita com o papel alumínio.

Serve
6

Agradecimentos

Bia Reali
Carolina Magina
Daniel Alteron
Daniela Molinari
Elisa Góe
Emerson Beraldo
Erich Leistenschneider
Fernando André
Giovana Paulino
Guilherme Paleari
Gustavo Genioli
Hugo Pires
Luciana Timoszczuk
Mami Yasunaga
Marcio Keni
Mariana Lazarini
Marina Kawabata
Natalia Freitas
Nicolas Coelho
Rafael Spessoto
Renato Fernandes
Rodrigo Moreira
Sheila Mochida
Simoni Holland

O www.pdfLivros.com.br disponibilizam conteúdo de domínio publico de forma gratuita, por acreditar que o conhecimento e a educação devem ser acessíveis e livres a toda e qualquer pessoa.

Você pode encontrar mais livros em nosso site:

Clique Aqui
PARA ACESSAR AO SITE